



●笑的价值百万却不用投资。
不论你的足迹遍及天涯海角，
不论你从事什么职业，一个领
悟了笑的内涵又会驾驭笑
的人，将成为最有魅力最受人
欢迎的人……



■ 笑的奥妙

• 日常生活心理学丛书 •

笑的奥妙

石俊杰 楚 森 编著

知 识 出 版 社

北京 • 1991

内 容 简 介

你喜欢笑吗?想知道笑的奥妙吗?

本书对人类的笑,作了详尽的描述,并划分了笑的不同类型。

作者别具匠心,从社会心理学等多学科角度,剖析了笑对人类健康和社会应用的价值,阐述了驾驭笑的种种技巧。

在理论研究方面,不仅对西方古典哲学家有关笑的哲理作了评析,而且对祖国的文化遗产进行了挖掘和开采。同时,采撷了许多令人捧腹的笑话,它会使人从中悟出许多警世恒理。

日常生活心理学丛书

笑的奥妙

石俊杰 森 楚 编著

知识出版社出版发行

(北京阜成门北大街17号)

新华书店总店北京发行所经销 文字六〇三厂印刷

开本 787×960 1/32 印张 4.375 字数 73 千字

1991年8月第1版 1991年8月第1次印刷

印数: 1—15000

ISBN 7-5015-0493-7/C·29

定价: 2.00 元

前 言

人们所面对的世界，是一个变幻莫测、丰富多彩的世界；人们所处的社会，是一个纷繁复杂、生机勃勃的社会。我们每个人每天生活在其中，与各式各样的人和事发生联系，各自品味着不同的生活感受：有喜、有悲，有欢乐、有忧伤，有顺畅、有曲折，幸福与痛苦交织，明晰与困惑并存。人人都希望自己的日常生活美满、如意，都不希望有欠缺、烦恼。为此而把目光投注于科学，也有的去祈求上帝、神灵的保佑。对于后者，当然不会有丝毫的益助，唯有科学才有可能真正满足人们的美好生活愿望。在这方面，一门十分年青并具有强大生命力的科学——社会心理学正愈来愈大地发挥着它特有的功能。这是由于这门科学自身的性质所决定的。我们知道，人们的日常生活，是整个人类社会生活的一个基本方面，而作为生活主体的人，既是有着生理和心理活动的生命个体，每个人同时又是在一定的社会中生活的，因此人的心理活动也无不具有社会性。以研究人们的社会心理活动为己任的社会心理学，无疑与人们的日常生活息息相关，其研究成果可以在很大的程度上

有效地帮助人们解决日常生活中所遇到的许多问题。正是为了满足人们追求美好的日常生活的热望，我们编辑了一套以社会心理学知识解答人们日常生活中的心理问题的通俗性丛书，以便于广大读者掌握一门驾驭日常生活的心理技术。

这套书总名为《日常生活心理学丛书》，共12本，内容涉及人们日常生活的诸多方面：有关于夫妻、母子、父女、朋友等关系中的心理问题及其调适方法；有关于如何在当今社会激烈的竞争中，或在与他人包括领导、下级、同事等人际交往中应付裕如的心理技术；有能使小孩显得更加活泼可爱，使成年男女增辉添色、更具魅力，使老年人重唤青春光彩的打扮技巧；有对走向现代化社会进程中的中国人种种心理问题的全景式曝光，也有对长期困扰人们的迷信、谎言等现象的心理透视。对于日常生活中存在的心理问题、心理障碍，本丛书并不仅仅限于诊断，同时也提供了有效的治疗方法和技巧。如：不用仪器、无需药物的催眠术，或通过笑的心理疗法来解除烦恼、忧愁等等。

本丛书没有冗长的篇幅（每本书一般都在10万字左右），没有深奥的哲理，没有晦涩难懂的概念。通过作者及编译者的努力，已经尽可能地把社会心理学及其相关学科的知识转换成为通俗易懂的语言，所举的例子大多是你亲身经历过或在你身边发生的事。阅读本丛书，应当说是一件轻松、惬意的事。工作之余或旅行途中，都可以拿出其中的一本

随意翻阅，相信它对你的日常生活会有所裨益。

坦率地说，由于我们的水平有限，本丛书无论在总体设计上，或者书稿内容本身，总难免有这样那样的缺陷和不足，我们诚恳地欢迎广大读者提出批评。

本丛书得以问世，是众多著译者、编辑及出版人员共同努力的结果。我们首先要感谢各位作者、译者，正是由于他们的辛勤劳作，才使我们关于这套丛书的设想变为现实；我们由衷地感谢吴尚之、滕振微、朱建毅这三位责任编辑，他们是在担负着大部头工具书《中国大百科全书·社会学》卷这一繁重的编辑任务的状况下，利用自己的业余时间从事本丛书的文稿编辑加工工作的，尤其是吴尚之同志还协助我们做了不少主编方面的工作。承担封面设计的专家张慈中及胡杰同志，以及中国大百科全书出版社出版部的徐崇星、社科一部负责人钟国豪、龚莉，以及严峻、刘芳等同志，对本丛书的编辑出版都给了不少的支持和帮助，在此一并表示感谢。

吴尚之 谢喆光

一九九〇年二月

第 一 章

笑 类 簇 展

描述笑的词汇堪称世界之最，
笑的种类之多无以伦比。

只要提及笑，人们自然而然地会把它与快乐、喜悦、幸福联系在一起。其实，笑绝非只是一种情绪和情感的显示或宣泄。某种刺激在一个人身上诱发出来的笑，往往是与各种复杂的心理活动交织在一起的。由于情绪、情感的复杂化，也会使人的面部肌肉“无所适从”，使笑也涉嫌“似是而非”、“斩不断、理还乱”的官司里。笑是很复杂的，有时笑“难以描绘、无法言传”。人类的笑丰富多彩，细微差别的程度竟有“发丝之差、毫厘之分”，这些说法并不过分。人类的笑可谓是一个天然宝库，有挖掘不尽的情源。所以，笑的家族庞大、种系繁杂，数量之多真是无以伦比。

笑的种类繁多，是和词汇的贡献分不开的。汉语是独特的方块文字体系的组合，它的状语、定语、补语能把某事、某人、某物修饰得天花乱坠。同义词、多义词、形容词、修饰词、多音字、双关语、歇

后语更是多得“车载船装”。但却很少有词汇能够依据修饰它的形容词派生出丰富的含义来和形容笑的词汇媲美。尽管在这里我们有幸汇集到了这么多形容笑的词语,但它并不能全部表达笑的含义,将来还会有更多创新的词汇出现。

笑有多少种,怎样分类更科学?要回答这一问题,不是一件易如反掌的事。

有人认为笑有3种:①病态的笑;②常态的笑;③前二者中不能囊括的笑。

一些心理学家认为笑有以下几种:①高兴的笑;②滑稽的笑;③扮演语言角色的笑;④介于②、③之间的笑(如喝酒时的谈笑);⑤介于①、③之间的笑(如小孩向伙伴微笑);⑥其他的笑,指那些难以对之归类的笑(如苦笑)。

笔者认为,说笑有哪些类型,似乎比说“笑有多少种”更贴切些。根据不同的标准,可对笑作出不同的类型划分。

我们在日常生活中通过对成千上万种笑的面孔的观察,作了如下的分类。

——按笑的程度可划分为:①微笑;②大笑;③欢笑。

——根据笑的心理倾向可划分为:①滑稽的笑;②讥讽的笑;③厌恶的笑。

——根据性别可划分为:①男性的笑;②女性的笑。

第一节 微笑

微笑是人类最美妙的笑。微笑的魅力是人世间最重要的礼物，微笑能温暖人心，使“冰雪”融化。微笑是一种有文化、有教养的表现，也是待人接物的高尚品行，更是外交、社会活动人员尽情发挥气度、力量的武器。

一般按微笑的程度又分为不露牙齿的微笑和露牙齿的微笑两类。

不露牙齿的微笑的面部表征是这样的：面孔闪烁着照人的光耀，目光闪着亮光，眉毛微微扬起，红润的双唇微微舒展，嘴角抿着向上呈圆弧形，颧骨给人感到似有似无的隆起，在唇齿之间微露一种笑意。例如，意大利伟大的画家达·芬奇在他永世不朽的杰作中，有一幅最负盛名的画——《蒙娜·丽莎》，那画中的少妇脸上有一种梦幻般的微笑。蒙娜·丽莎的微笑令世人叹服，有人把少妇优雅、美丽、神秘的微笑，命名为“蒙娜·丽莎的微笑”；有人赞誉“蒙娜·丽莎的微笑”是永恒的微笑。

在中国儒家鼻祖孔子看来，女子应该“微笑”才合礼道；在《女四经》中有女子“笑莫露齿”的训导；在民间也常听到“大家女只可咧咧嘴”的古训。时代不同了，今天我们未必推崇古人的训教，然而，我们东方女性在世界范围内相对而言是非常含蓄、内向、优雅、文静的，她们美妙动人的微笑是值得称道的。

露牙齿的微笑的面部表征是：眉尖向上微挑，两嘴唇微微张开，露出上牙齿，嘴唇呈向上的圆弧形，脸有微波向上荡起。

与较为亲切的朋友相见时，上下级上下班见面打招呼时，父母见到孩子或孩子见到父母时，送别拜访的朋友时，服务员迎送顾客的时候，若都采取这种类型的笑，就会使人感到亲切、温暖，给人留下美好的回忆。

根据笑的特性，可把微笑划分为：①温和的笑；②温柔的笑；③温馨的笑；④优雅的笑；⑤端庄的笑；⑥文静的笑；⑦恬静的笑；⑧甜美的笑；⑨朦胧的笑；⑩微妙的笑；⑪美妙的笑；⑫梦幻般的笑；⑬天使般的笑；⑭愉悦的笑；⑮欣然而笑；⑯幸福的一笑；⑰怡然自得的笑；⑱会心的笑；⑲礼貌的笑。

根据笑的表征，可把微笑划分为：①凝笑；②含而不露的笑；③静静的笑；④解颐微笑；⑤喜色微露的笑；⑥笑眯眯；⑦莞尔一笑；⑧淡淡的；⑨轻轻的笑；⑩浅浅的笑；⑪抿嘴笑；⑫颌首微笑；⑬咧咧嘴笑；⑭款款而笑。

第二节 大 笑

大笑是一种极其强烈的反应性的笑。当外界一种笑料通过视、听感觉器官，传入大脑有关中枢，大脑皮层迅速作出反应，这时不仅面部肌肉较强烈地运动，而且发声器官也动作起来，甚至全身的肌肉乃

至整个躯体、四肢都调动起来了。

这种笑是人们感到极端幸福，快乐到了一定极限，内心有一种驱动力，使你无法自制，非把这种力量释放出来不可的时候，产生的那种强烈的情绪反应。这时眉毛飞扬，目光炯炯；两颊绯红，急剧运动；嘴大张，连续呼出气流并发出连续的声响，引起全身震颤。这种笑有强大的感染力，在狂欢节里和重大庆祝活动中，当人们兴高采烈时，会出现这种大笑。

或在电影、电视、相声、杂技、小品、喜剧中看到演员滑稽可笑的表现时，或听到了一个令人喷饭的笑话时，乃至得到了意想不到的收获或成功时，人们常常大笑。

根据笑的形状和程度，大笑可划分为：①捧腹大笑；②仰天大笑；③拊掌大笑；④笑得前仰后合；⑤笑得手舞足蹈；⑥笑得直不起腰来；⑦笑得喷出饭来；⑧笑得合不拢嘴；⑧笑岔了气；⑨笑得要死；⑩尽情大笑；⑪纵情大笑；⑫开怀大笑；⑬忘怀大笑；⑭乐不可支；⑮止不住地笑；⑯一个劲地笑；⑰剧烈的笑；⑱狂笑。

根据笑的特性，可把大笑分为：①坦然大笑；②坦荡的笑；③豪爽的笑；④宣泄的笑；⑤疯狂的笑。

根据笑的声音，可把大笑分为：①哈哈大笑；②朗朗大笑；③阵阵大笑；④哄然大笑；⑤雷鸣般的大笑；⑥喧笑。

第三节 欢 笑

欢笑是俗话说的“人逢喜事”时一种出自内心的快乐和兴奋在面部的自然流露，常常不由己地喜形于色。有时在回忆某一幸福往事时，会情不自禁地露出笑容；在对亲爱者炫耀自己的荣誉，或是计划的成功，或是幸福即将来临的时候，常常是笑逐颜开，喜上眉梢，让对方也来分享你的欢乐；有时当你离开群体，独自静处时，由于过去的笑料在头脑中再现出来，也会突然发笑。

欢笑时，两唇张开，眼睛、眉毛随之而动，脸色出现红晕，面部绽开，有微弱的声响。

诚然，欢笑与大笑并无严格区别，大都是由于喜悦和快感而引起的情绪反应。相对而言，大笑比欢笑在程度上更强烈，感染力更强；面部肌肉的运动、身体器官的运动变化和躯体运动的幅度相应更大。而欢笑在心理体验和感受上要比大笑深刻和持久。

根据笑的形状，可把欢笑分为：①眉开眼笑；②喜上眉梢；③笑容绽开；④笑逐颜开；⑤笑靥常开；⑥笑盈盈；⑦笑嘻嘻；⑧笑吟吟。

根据笑的特性，欢笑可分为：①开心的笑②高兴的笑；③满意的；④惬意的笑；⑤欢乐的笑；⑥胜利的笑；⑦优越的笑；⑧热情的笑；⑨欢畅的笑；⑩豁达的笑；⑪嬉戏的笑；⑫情不自禁的笑。

第四节 滑稽的笑

人们在日常生活中经过反复实践积累起来的经验在头脑中形成了一个固有的模式，当某人的语言表达或行为方式和头脑中的认识背景发生矛盾的时候，你会觉得滑稽可笑。

当观看一些夸张的、滑稽的、愚拙的表演时，人们常常哄堂大笑。不妨找机会到剧场里观察一下观众的表情，你会发现千百张脸上的画面，千姿百态，煞是滑稽。

根据笑的特性，可把滑稽的笑分为：①自我庆幸的笑；②自我欣赏的笑；③得意的笑；④忘形的笑；⑤忘乎所以的笑；⑥窘迫的笑；⑦尴尬的笑；⑧顽皮的笑；⑨扮鬼脸的笑；⑩诡秘的笑；⑪神魂颠倒的笑；⑫异样的笑；⑬莫名其妙的笑；⑭哭笑不得；⑮啼笑皆非。

根据笑的方式，滑稽的笑又可分为：①嗤笑；②暗笑；③窃笑；④悄悄的笑。

第五节 讥讽的笑

一般的笑，通常给人的呼应是快乐、愉快的表情，那是由于一般的笑让呼应者感到友好、热情、氛围融洽。讥讽的笑与此相反，往往是皱眉拧眼，目光斜视对方，面部肌肉抽搐，从鼻子里发出来令人生畏

的“唏!唏!”声,双唇往往成一种扭曲状。这样的面部表情让人厌烦。

讥讽类的笑有:①嘲笑;②讥笑;③冷笑;④讪笑;⑤奚笑;⑥焉损的笑;⑦嗤笑;⑧耻笑;⑨恬笑;⑩鄙夷的笑;⑪轻蔑的笑;⑫尖刻的笑;⑬嘻皮笑脸;⑭皮笑肉不笑;⑮惺惺假笑;⑯嘿嘿冷笑;⑰涎笑。

第六节 厌恶的笑

让人感到厌恶可憎、望而生畏的笑,既是一种情绪、情感的表现,也是一种品德和性格特征。

这种笑容,通常是眉毛竖立,两眼放射凶光,面部肌肉和双唇激烈地痉挛、抖动和扭曲,面部五官挪位,从鼻腔或喉部发出较强的连续的干笑声。这种笑,常常在心怀叵测、心术不端,或有犯罪心理和犯罪行为者身上出现。

厌恶的笑有:①狡猾的笑;②奸笑;③狞笑;④虚伪的笑;⑤奸诈的笑;⑥阴险的笑;⑦诡譎的笑;⑧谄媚的笑;⑨卑鄙的笑;⑩猥琐的笑;⑪庸俗的笑;⑫放肆的笑;⑬褻渎的笑;⑭狎昵的笑;⑮狂妄的笑;⑯肆无忌惮的笑;⑰恶狠狠的笑;⑱怒笑。

第七节 病态的笑

智能低下、病理或生理缺陷造成的笑,呈现在面部时,是目光呆滞,咧着大嘴,面部肌肉僵硬或痉挛,

甚至脖子也是僵硬的，有的全身也呈现痉挛或僵硬状态，往往不连贯地重复着一种声音或一种姿态。

他们的笑，并不是由于外界的刺激，或者是心理感受引起的。他们的笑并没有什么目的，不会去讥讽或伤害他人，也不需要他人的呼应，这是一种病态的笑。如一氧化碳轻度麻醉者、精神分裂症患者以及癫痫病患者等等，常常是这种不随意、无控制、无快感的笑；某些类型的精神病患者（轻度），把他们的笑作为保护自己、调节社会和个人之间适应性的手段。还有一些心理变态者会发出歇斯底里的笑，严格说来，这种类型的心理变态者也属于精神分裂症患者。

此类的笑有以下几种：

①傻笑；②呆笑 ③憨笑；④痴笑；⑤愚蠢的笑；⑥疯魔的笑；⑦歇斯底里的笑。

第八节 很难判断归属的笑

有一种笑包容各种复杂的心理活动，很难判断它属于哪一类的笑。这种笑反应在面部上，看上去象是在笑，其实与快乐的笑又有差别；与其说是笑，倒不如说是哭，但又的确是笑而不是哭。正如我们平常说的，“打翻了五味子瓶，酸、甜、苦、辣都在其中”，“个中滋味谁人晓得”，真是欲哭无泪，欲笑无声。

例如，奥·亨利在他所写的小说《麦琪的礼物》

中，描写了一对年轻夫妇的忠贞爱情。男的有一只金表，没有表链；女的有一头美丽的卷发，却没有发梳。在圣诞节，这对互相爱慕的夫妻各自带着满意的礼物，手舞足蹈地奔到家里，双方相见后，先是面面相觑，继而是苦笑，晶莹的泪水充溢着眼眶。原来，男的忍痛卖了心爱的金表，为妻子买了发梳；女的割爱卖了美丽的卷发，为丈夫买了表链。他们互赠的礼物，却无法配对。此时，这一对年轻夫妇的笑就无法说清楚是哪一类的笑。正如俄国文豪屠格涅夫所说：“世间有些微笑，比眼泪更悲惨”。

这种笑，脸上流露出两种或多种不能调和的感情，哭、乐的线条交织在一起，目光黯然失神，两唇无精打彩的向两边或向下垂，并伴有轻微的哑嘴或叹息声，以及摇头、耸肩、摊手等体态语言。

这种笑有：①无可奈何的笑；②苦笑；③凄凉的笑；④酸楚的笑；⑤苦涩的笑；⑥勉强的笑；⑦妒忌的笑；⑧干巴巴的笑；⑨惨然一笑；⑩冷淡的笑；⑪愁眉苦脸的笑；⑫敷衍的笑；⑬含泪的笑；⑭委婉的笑；⑮歉意的笑；⑯干笑；⑰强笑；⑱硬撑着的；⑲强忍着的笑；⑳深沉的笑；㉑哑然失笑；㉒忌恨的笑。

第九节 女性的笑

我们在探究笑的种类时，发现女性的笑真是千姿百态，神秘莫测，如若不把她们的笑特别提出来阐述，关于笑的著述就会大为逊色。

传说当年乾隆微服出行江南，途经一个山青水秀的村庄，看到一妙龄女子正在碾米。此女生得明眸皓齿，面若粉桃，秀发如油丝。乾隆在京看见的都是珠光宝气、涂粉黛眉的女子，那里见过这等天然修饰的美女！竟然目不转睛的看起来。此女子觉得有人看她，不禁抬头回眸，嫣然一笑。这一下把乾隆的魂魄给勾去了七分。车子已经走过去老远老远了，乾隆还一直扭着脖子看，随同他前往的宰相将此情形看在眼里，很诙谐的问乾隆：“皇上，您说天下什么力量最大？”乾隆无备，一时语塞。宰相又说道：“我看天下女人力量最大。”乾隆说：“何以见得？”宰相说：“女人一笑，竟然把‘龙’颈给拽歪了。”

在欧美一些国家，十分关注女性的笑，英国人甚至说：不会笑的女人是没有人会娶她做妻子的。也有人说女人一笑值千金。可见，女性的笑征服了人类，把人们带入一个美妙的世界。

女性的笑有：

1. 独具魅力的笑

①含情脉脉的笑；②颦笑；③靥笑；④俏笑；⑤俊笑；⑥娴笑；⑦艳笑；⑧粲笑；⑨盈笑；⑩娇柔的笑；⑪笑眉笑眼；⑫粉面含羞的笑；⑬回眸一笑；⑭羞赧一笑；⑮柔情的笑；⑯甜蜜的笑；⑰娇媚的笑；⑱娇嗔的笑；⑲嫣然一笑；⑳妩媚的笑；㉑令人销魂的笑；㉒迷人的笑；㉓令人心醉的笑；㉔纯情的笑；㉕明眸凝笑；㉖神秘的笑。

2. 听其声如面其笑